

# SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: SENTIMENTOS VIVENCIADOS E ASPECTOS INFLUENCIADORES

Thaylline Alessandra Ferreira Barros<sup>1</sup>

Ana Luiza Azevêdo de Assunção<sup>2</sup>

Daniela do Carmo Kabengele<sup>3</sup>

Psicologia



**cadernos de  
graduação**

ciências biológicas e da saúde

ISSN IMPRESSO 1980-1769

ISSN ELETRÔNICO 2316-3151

## RESUMO

A terceira idade vem ganhando mais destaques nos estudos contemporâneos são longo dos anos, visto que as pessoas acima de 60 anos de idade estão cada vez mais saudáveis e ativas. Dentre os aspectos relacionados à temática da terceira idade, a sexualidade é um ponto fundamental, porém ainda pouco abordado. Este estudo discute a sexualidade na terceira idade, apresenta os aspectos fisiológicos, psicológicos, socioculturais, éticos e religiosos envolvidos na problemática e retrata preconceitos e tabus experienciados pelos idosos. O artigo foi elaborado com base em revisão bibliográfica e traz as contribuições teóricas a respeito da temática. Inicialmente são revistos aspectos conceituais e, em seguida, pauta-se o caráter pessoal considerando a forma que o idoso vivencia a sexualidade na atualidade. Central a este estudo é tratar a sexualidade na terceira idade como um processo que faz parte da experiência natural humana e identificar os aspectos que são constitutivos e que o perpassam.

## PALAVRAS-CHAVE

Sexualidade; Terceira idade; Aspectos psicológicos.

## ABSTRACT

Older people are gaining more prominence in contemporary studies over the years, as people over 60 years of age are becoming healthier and more active. Among the aspects related to the issue of the third age, sexuality is a fundamental point, but little discussed. This study discusses the prejudices and taboos experienced by the elderly, as well as presents the physiological, psychological, sociocultural, ethical and religious aspects involved in the problem. The article was elaborated based on a bibliographic review and brings the theoretical contributions about the proposed theme. Initially, conceptual aspects are reviewed and then the personal character is considered considering the way the elderly experience sexuality today. Central to this study is to treat sexuality in third age as a process that is part of the natural human experience and to identify the constitutive aspects that permeate them.

## KEYWORDS

Sexuality; Third Age; Psychological Aspects.

## 1 INTRODUÇÃO

A sexualidade humana vem sendo estudada por importantes pensadores como Sigmund Freud, Michel Foucault e Judith Butler.<sup>4</sup> Um ponto importante que acompanha a temática é o fato de que a sexualidade se verte sobre distintos objetos de pesquisa e é entendida em diferentes ângulos. Um desses ângulos é o da terceira idade, expressão comumente utilizada para se referir ao grupo de pessoas com 60 anos ou mais e para designar a fase de envelhecimento que traz demandas mais amplas de cuidado com a saúde.

Nesse momento da vida, as pessoas passam por alterações biopsicológicas que resvalam em seus papéis sociais relacionadas ao avanço da idade, como se percebem e de que forma são percebidos socialmente. A terceira idade é caracterizada por mudanças físicas e alterações de funções, percepções, sentimentos, pensamentos, ações e reações, que “progressivamente comprometem a capacidade de resposta dos indivíduos ao estresse ambiental e à manutenção da homeostasia” (CUNHA, 2011, p. 77).

Neste artigo, utiliza-se a categoria *terceira idade*, posto que essa definição se refere a novas formas de vivenciar o envelhecimento, tendo em vista o prazer e as realizações pessoais (RODRIGUES; SOARES, 2006). Na terceira idade, as relações se-

---

4 FREUD, Sigmund. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade, análise fragmentária de uma histeria (“o caso Dora”) e outros textos [1901-1905]. Companhia das Letras, 2016; FOUCAULT, Michel. História da sexualidade: o cuidado de si. Graal, 1985; BUTLER, Judith. Problemas de gênero: Feminismo e subversão da identidade. Civilização Brasileira. 2003.

xuais estão cercadas de preconceitos, isto é, conceitos formados antecipadamente, sem fundamentos e tabus, definidos como situações ou fatos discriminados por parte da sociedade que, muitas vezes, resultam em concepções deturpadas acerca da vida sexual dos idosos<sup>5</sup>.

O senso comum<sup>6</sup> pode situar os idosos como pessoas assexuadas e inaptas para a relação sexual. O argumento desta pesquisa é que a visão atribuída à sexualidade na terceira idade pode causar repressão à sexualidade dos idosos, gerando problemáticas que serão discutidas mais à frente.

No que se refere à terceira idade, pode-se abordá-la a partir de diferentes aspectos: biológicos, sociais, econômicos, psicológicos e cognitivos. Em termos biológicos, diferente do que se acredita no senso comum, o envelhecimento tem início no momento do nascimento e não a partir dos 60 anos, que é a chegada da terceira idade (SILVA, 2009). Em um viés sociocultural, compreende-se que a cultura<sup>7</sup> tem influência direta nas crenças e ações da pessoa idosa.

Em se tratando de perspectiva econômica, a pessoa se insere na terceira idade a partir do momento em que se aposenta, o que pode gerar um desconforto para o idoso, uma vez que agora receberá seu salário sem trabalhar (SILVA, 2009). Em uma perspectiva psicológica e cognitiva, diz-se que a pessoa está envelhecendo quando passa a ter prejuízo “na memória, atenção, orientação e concentração” (SILVA, 2009, p. 23).

A terceira idade pode ser vista pelo senso comum tal qual uma fase incapacitante para a pessoa, em ordem física e mental, gerando a visão de que os idosos são improdutivos, de forma geral, o que acarreta o preconceito para com essa faixa etária.

De acordo com os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), houve um aumento de 2,4% no número de pessoas com 60 anos ou mais, se comparados aos anos de 2000 e 2010. Os idosos estão cada vez mais presentes na sociedade moderna, uma vez que os avanços da medicina e o maior cuidado com a saúde promovem a queda da taxa de mortalidade, aumentando de forma gradativa a expectativa de vida, o que, por sua vez, resulta no crescimento da população de pessoas na terceira idade (ARAÚJO, 2012).

A escolha do tema surgiu diante da necessidade de novos estudos acadêmicos acerca da sexualidade do idoso, visto que existe uma escassez de pesquisas, relacionando as temáticas (SILVA; MIRANDA; SILVA, 2018). Faz-se necessário uma abordagem da sexualidade na terceira idade sob novas perspectivas, levando em consideração os diversos fatores que exercem influência sobre a sexualidade do idoso.

O artigo tem o objetivo discutir os preconceitos e tabus vivenciados pelos

---

5 Entende-se por idoso a pessoa que tem idade igual ou superior a 60 anos. Esse termo é utilizado para tratar de forma respeitosa as pessoas inseridas na categoria Terceira Idade. Ver artigo 1º do Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003).

6 Neste trabalho utiliza-se o termo “senso comum” para fazer referência ao conjunto de noções comum à maioria das pessoas.

7 Utilizamos o termo cultura, de maneira ampla, para referir-se a quase tudo que pode ser aprendido em uma dada sociedade, como comer, beber, andar, falar.

idosos, bem como apresentar perspectivas teóricas acerca do assunto, abordando os aspectos fisiológicos, psicológicos, socioculturais, éticos e religiosos nesse processo natural do desenvolvimento humano, a fim de contribuir para o avanço desta área de estudo.

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão bibliográfica, na qual se reuniram fontes teóricas que serviram de base para a construção da investigação proposta. Quanto aos procedimentos metodológicos, a pesquisa bibliográfica se deu a partir da leitura de livros, artigos, revistas e monografias disponíveis na biblioteca do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL, na biblioteca da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e nas bases de dados do *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e do Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC). Os descritores utilizados na estratégia de busca são “sexualidade”, “terceira idade” e “sociedade”.

O critério de inclusão utilizado neste estudo foram livros, artigos, monografias e revistas que abordassem a sexualidade na terceira idade e os aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais do idoso, a fim de identificar o que seria relevante para a pesquisa. O critério de exclusão se deu por meio de artigos com informações desatualizadas, que apresentaram dados que foram substituídos ao longo dos anos.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados com base na busca de dados se referem às definições de sexualidade, seus aspectos de influência e a forma como ela é vista diante do senso comum, em especial quando se trata da sexualidade na terceira idade. Também são abordadas as alterações físicas e psíquicas em consequência da idade, que refletem diretamente na vida sexual do idoso, bem como métodos que podem auxiliar na melhor vivência da sexualidade.

### 3.1 SEXUALIDADE

A sexualidade é um termo abrangente que engloba inúmeros fatores. Em se tratando de senso comum, sexualidade é sinônimo de genitalidade, da mesma forma que a vida sexual é restrita apenas à relação sexual (BEARZOTI, 1993). O contexto influi diretamente na sexualidade de cada um, uma vez que a atração e o desejo sexual estão relacionados a fatores culturais e genéticos, ou seja, a resposta sexual do idoso pode ser diferente, a depender desses fatores.

Culturalmente, a sexualidade é entendida como uma expressão do corpo em busca do prazer. Setores conservadores e retrógrados da sociedade brasileira, assim como de muitas outras sociedades, podem limitá-la à reprodução, à função genital,

a condutas heterossexuais e à idade jovem e adulta. O ato sexual está juridicamente centrado no matrimônio e no homem (PASCUAL, 2002).

No entanto, a sexualidade não se limita ao ato sexual: ela é definida como “a expressão da maneira de ser do indivíduo” (SALLES, 2010, p. 2) e se evidencia por meio dos gestos, da forma de andar, vestir-se, falar e olhar. Percebe-se então que, apesar de ser um termo muito amplo e significativo, a sexualidade é, por diversas vezes, reduzida a questões ligadas à reprodução, juventude e heterossexualidade.

Uma das formas de expressão da sexualidade se dá diante da interação com o outro e da manifestação das relações sociais por meio da corporeidade (UCHÔA *et al.*, 2016). Pode-se dizer que é o traço mais íntimo do ser humano e, portanto, que cada pessoa expressa sua sexualidade de forma diferente. A maneira de demonstrar a sexualidade está atrelada à personalidade e às vivências da pessoa.

Pondera-se, partindo de uma perspectiva holística de sexualidade, a existência de um vínculo estrito entre os mecanismos do ato sexual e o conjunto do organismo, considerando-o um processo em que se encontram envolvidas a saúde do indivíduo e, conseqüentemente, a vida do mesmo (GALENO, 1968 apud FOUCAULT, 1985).

Apesar de parecer estar completamente ligada ao corpo, a alma<sup>8</sup> também desempenha um papel no que diz respeito às condutas nos prazeres sexuais, levando o corpo a além de suas necessidades e de sua mecânica própria, instigando-o a agir em situações suspeitas e na escolha de momentos não apropriados (FOUCAULT, 1985). É necessário, então, que a alma seja corrigida para que possa conduzir o corpo com base na lei do próprio corpo.

Dessa maneira, “o que convém aos adultos é um regime completo da alma e do corpo [...] tratar de acalmar as próprias pulsões (hormai), e de fazer de forma que nossos desejos (prothumiai) não ultrapassem nossas próprias forças” (FOUCAULT, 1985, p. 137). Entende-se que o corpo tem seus limites morais e sociais e que a alma, entendida como os sentimentos da pessoa, poderia induzir a comportamentos tidos por inadequados, fazendo-se necessário encontrar o equilíbrio entre os dois.

É possível considerar que comportamentos ligados à sexualidade são históricos e mutáveis a depender do contexto vivenciado pela pessoa que os exerce. O sistema heterossexual é visto a partir de dois lados, o masculino e o feminino. Às mulheres é dada a proibição do desvio da norma; aos homens, uma aprovação implícita desta (NAVARRO, 2010).

Percebe-se que o histórico das questões de gênero apresenta dois lados distintos. Ao lado masculino, é incentivado o início da vida sexual desde a adolescência e o homem tem o dever de aprender a prática do sexo e a liberdade de praticar o quanto achar necessário. Ao lado feminino, dá-se a proibição do ato sexual antes do casamento e a mulher tem a obrigação de ser pura e intocada. Essa distinção traz a disparidade do conceito de ato sexual e gera compreensões que ainda são discutidas na sociedade moderna (NAVARRO, 2010).

---

8 Neste estudo, entende-se alma como um elemento focal diretamente produzido junto ao exercício de saber/poder sobre o corpo (SILVEIRA, 2003).

A sexualidade é constituída “não só como uma questão genética, mas principalmente como expressão das condições sociais, culturais e históricas nas quais esse indivíduo está inserido” (KAHHALE, 2015, p. 221). É válido refletir sobre o fato de que a sexualidade vai além do ato sexual, moldando-se de acordo com o que a pessoa experiencia ao longo da vida.

O plurideterminismo do comportamento sexual é fortemente influenciado por princípios culturais, religiosos e educacionais, que, por sua vez, determinam a maneira como a sexualidade é vivenciada e percebida ao longo da vida (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007). Essas percepções se modificam a depender das questões introduzidas ao longo do tempo.

A sexualidade está ligada à personalidade de cada um, uma vez que se molda a cada dia, diante das experiências, sexuais ou não, da pessoa. Para se entender a sexualidade, é necessária a compreensão do corpo e dos desejos que estão implícitos.

### 3.2 SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE

A sexualidade é vista por parte dos idosos sob uma nova ótica; esses passam a enxergar a relação sexual de forma prazerosa, mas também como busca pelo afeto.

A intensidade do desejo sexual pode ser substituída por uma relação emocional de cuidado e carinho pelo parceiro, na qual a vida sexual é colocada em segundo plano e um senso de companheirismo fica em evidência. “O sexo na terceira idade, traz satisfação física, reafirma a identidade e demonstra o quanto cada pessoa pode ser valiosa para outra, estimulando sensações de aconchego, afeto, amor e carinho” (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007, p. 108).

A sexualidade desempenha um papel de destaque ao longo do ciclo vital, permanecendo na velhice, porém de uma nova forma, a depender das características da pessoa (EIZIRIK, 2013). A qualidade de vida e a satisfação em viver do idoso dependem também da expressão sexual e afetiva. Entretanto, socialmente, o direito ao amor e à sexualidade são comumente conferidos apenas aos jovens, gerando assim o tabu em torno do amor e da sexualidade na terceira idade (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007).

O envelhecer não implica uma fase assexuada, mas outra etapa no processo da sexualidade humana. “O fato de haver diminuição na frequência das atividades sexuais não significa o fim da expressão ou do desejo sexual” (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007, p. 110), mas sim uma transformação da energia sexual, que deixa de ser quantitativa e passa a ser qualitativa (LIMA, 2000 apud SOUZA *et al.*, 2010). Isso significa que, com a chegada da terceira idade, os momentos de intimidade passam a representar maior importância para a pessoa.

A sexualidade é influenciada por fatores fisiológicos, éticos, socioculturais, religiosos e psicológicos (PASCUAL, 2002). Sendo assim, é importante considerar a sexualidade do idoso como um todo, uma vez que se trata de um processo natural e saudável, tirando o foco da sexualidade reduzida a uma função unicamente genital e de ato sexual.

Passa-se, agora, a tratar dos aspectos de influência. O primeiro fator a ser tratado é o fisiológico. O envelhecimento pode estar relacionado a doenças degenerativas, porém esse não deve ser associado à incapacidade (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007), uma vez que, a prática regular ajuda a manter a habilidade no ato sexual.

A doença poderá minimizar e até mesmo impedir o interesse sexual em qualquer fase do desenvolvimento (VASCONCELLOS *et al.*, 2004). No entanto, o aparelhamento sexual raramente é deteriorado no envelhecimento normal (MASTER; JOHNSON, 1970), o que não impede que o idoso continue a praticar o sexo na terceira idade. O fator orgânico é a base para compreender a sexualidade do idoso. A sexualidade se mantém durante toda a vida, apesar das mudanças fisiológicas, que, por sua vez, afetam homens e mulheres de maneiras distintas (PASCUAL, 2002).

Para o sexo masculino, as transformações, que podem variar de pessoa para a pessoa, são caracterizadas por “ereção mais flácida, sendo necessário mais tempo para alcançar o orgasmo; redução das ereções noturnas involuntárias; ejaculação retardada e redução do líquido pré-ejaculatório” (JUSTO *et al.*, 2010, p. 41).

É possível observar, ainda, a redução da espermatogênese e da intensidade da sensação na ejaculação, diminuição dos testículos e a diminuição dos espasmos musculares involuntários durante o coito (PASCUAL, 2002). Essas mudanças podem gerar interpretações negativas sobre a resposta sexual do idoso.

As alterações fisiológicas no sexo feminino, por sua vez, são mais lentas, progressivas e têm seu início na fase da menopausa, com a redução hormonal, tendo como principais características o ressecamento da pele; a redução da lubrificação vaginal; o enfraquecimento e a redução das contrações vaginais, o que reduz a duração do orgasmo (ALENCAR *et al.*, 2014).

Existem, ainda, mudanças como a redução das mamas, retração clitoridia-na mais rápida, redução do tamanho e elasticidade vaginal, entre outros (PASCUAL, 2002). A aparência física contribui para uma atitude inibitória do interesse sexual do idoso. Assim como ocorre em outras atividades organo-fisiológicas, o sexo se torna menos necessário com a idade, o que pode implicar a redução do desejo sexual (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007).

No entanto, as mudanças fisiológicas percebidas na terceira idade não justificam a perda da atividade sexual, sendo importante uma readaptação às mesmas (PASCUAL, 2002), voltando a atenção para a qualidade sexual e o envolvimento afetivo.

O segundo aspecto é o psicológico, marcado por uma série de fatores que influenciam diretamente a sexualidade do idoso (PASCUAL, 2002). Assim como os fatores fisiológicos, existem evidências de que a psique desempenha um papel de grande importância na determinação do impulso sexual dos idosos (MASTERS; JOHNSON, 1970), uma vez que a forma como o idoso vivencia e percebe a situação, interfere diretamente na resposta sexual.

A intensidade das manifestações psicosssexuais é determinada fundamentalmente pela atitude dos idosos, pelo nível de informação



que tenham adquirido e suas expectativas sexuais de futuro. As situações de conflito psíquico dependerão principalmente da formação sexológica, pressões sociais, culturais e religiosas que o incitarão a rejeitar ou aceitar com naturalidade ou frustração as novas situações provocadas pela idade tanto em seu organismo quanto nos outros campos de sua vida. (PASCUAL, 2002, p. 37).

Com o passar dos anos, ocorre a diminuição das diferenças psicológicas notáveis entre os sexos masculino e feminino. Para a mulher, acontece a integração do emocional com o componente genital e para o homem o componente genital integra-se a uma maior ternura e carícia (PASCUAL, 2002).

O terceiro aspecto diz respeito ao sociocultural. A compreensão dos papéis, funções e costumes sexuais da sociedade são imprescindíveis para se entender o comportamento sexual do idoso, uma vez que acabam por adotar estereótipos apresentados pela sociedade em que estão inseridos (PASCUAL, 2002).

Conforme Pascual: “As dificuldades sexuais, hoje, dos idosos não são devido a um fato isolado, mas a esta sociedade que os rodeia e tem suas raízes fundadas no passado” (PASCUAL, 2002, p. 42). Os costumes sociais podem reprimir o desejo que o idoso sente de continuar com uma vida sexual ativa e alimentam crenças que perpassam ao longo dos anos.

Os aspectos culturais têm influência direta no comportamento humano, uma vez que vivemos em um meio onde as pessoas ainda carregam muitos preconceitos. Os preconceitos levam a uma série de tabus que se consolidam com o passar do tempo (SOUZA *et al.*, 2010). Por exemplo, para o senso comum, existe a ideia de que o idoso não tem desejo ou vida sexual.

Dessa forma, tenta-se negar a existência da sexualidade do idoso, por se achar insignificante a ideia de que uma pessoa idosa possa ter desejos sexuais (SOUZA *et al.*, 2010). As pessoas “esquecem que sexualidade não é só genitalidade, existe também uma afetividade que é essencial ao ser humano” (SOUZA, 2008, p. 14). O sexo em todas as idades é uma ligação entre duas pessoas, de ordem física e emocional, o que não muda com a chegada da terceira idade.

A forma como a sexualidade de uma pessoa é entendida e vivida tem relação com os valores transmitidos desde a infância (PASCUAL, 2002). No caso dos idosos, esses valores resultam na modelagem das condutas sexuais e no “consenso generalizado do que é normal ou anormal, positivo ou negativo, nesse campo, para essas idades” (PASCUAL, 2002, p. 44). A ética social apresenta a visão de que a terceira idade está atrelada a um momento de descanso e não mais de relação sexual, o que gera distintas interpretações e formas de conduta.

Por fim, o quarto aspecto é o religioso, um dos principais influenciadores no que diz respeito à sexualidade. A religião pode enxergar o sexo como pecado, algo indigno e impuro, a depender do contexto (SOUZA *et al.*, 2010). Algumas religiões apresentam aspectos proibitivos acerca da sexualidade do idoso (TORRES, 2006). A



proibição por parte da religiosidade pode fazer com que o idoso não pratique o sexo por acreditar que é pecado, já que, o Cristianismo, que é a religião mais presente na cultura brasileira, traz a ideia do sexo como uma forma de procriação.

Para Foucault (1985), o sexo nas religiões ocidentais está ligado à busca da “verdade”<sup>9</sup>, sobretudo, a partir do Cristianismo, sendo algo que era preciso examinar, vigiar, confessar e transformar em discurso. A sexualidade era mencionada apenas quando precisava ser proibida, sendo relacionada à desonra e ao pecado, o que por muitos anos gerou repressão social, devido às questões culturais e religiosas.

Nos dias atuais, o discurso sobre sexualidade tornou-se mais amplo e passível de discussão, entretanto, ainda é possível perceber resistência por parte dos idosos em relação ao sexo de maneira geral.

Algumas pessoas de idade, apoiadas em suas crenças religiosas, podem sublimar ou desviar para outras atividades essas apetências, praticando e desfrutando de uma sexualidade sem conflitos. Entretanto, se nos ativermos às investigações sociais, a maioria deles vive sentindo-se culpada por transgredir esses códigos que não lhes abrem a porta da sexualidade digna, própria de sua idade. (PASCUAL, 2002, p. 47).

Os aspectos religiosos que orientam a conduta de algumas pessoas grande influência na vida da população de modo geral, podendo-se citar com grande ênfase as pessoas da terceira idade (GOLDSTEIN; SOMMERHALDER, 2002 apud SOUZA *et al.*, 2010). Os líderes religiosos devem transmitir o ensinamento de que a sexualidade é um dom de Deus para que as pessoas sejam felizes (PASCUAL, 2002).

Diante de todas as alterações, limitações e readaptações advindas da terceira idade, o idoso pode vir a ter uma vivência mais profunda da sexualidade, a partir de um reencontro consigo e com o outro (PASCUAL, 2002).

Em lente social, há uma espécie de enveredamento, envolvendo a sexualidade na terceira idade, ou seja, há uma concepção formada a respeito da vida sexual dos idosos, associando-a à juventude e reduzindo-a à reprodução. No entanto, a sexualidade vai além do ato sexual, representando a “energia que motiva encontrar amor, contato e intimidade, e se expressa na forma de sentir, nos movimentos das pessoas e como estas tocam e são tocadas” (OMS, 1975).

Em se tratando de terceira idade, a sexualidade consiste em um processo que engloba diversos aspectos da vida de uma pessoa, sendo influenciada por questões sociais, culturais, éticas e religiosas, do mesmo modo que por alterações físicas e psicológicas; e que proporcionam uma melhor qualidade de vida para o idoso.

---

9 O termo verdade é entendido como a produção de discursos tidos como absolutos, o que acaba por resultar na formação de poderes específicos (RIBEIRO, 1999).

### 3.3 INTERVENÇÃO MEDICAMENTOSA

As mudanças fisiológicas que ocorrem na terceira idade exercem influência direta na resposta sexual do idoso, tanto no sexo masculino quanto no feminino. É natural que a ereção do homem fique mais flácida, o que leva à necessidade de mais tempo para alcançar o orgasmo; que a ejaculação geralmente seja retardada; que o líquido pré-ejaculatório diminua o que pode gerar desconforto na relação sexual; entre outras alterações que causam constrangimento para ambos (ALENCAR *et al.*, 2014).

Um dos principais problemas enfrentados pelos idosos no ato sexual é a disfunção erétil, que se caracteriza pela “incapacidade persistente de obter e manter uma ereção suficiente para um desempenho sexual satisfatório” (SOUSA, 2008, p. 61). Apesar de não apresentar riscos à saúde do idoso, a disfunção erétil pode provocar vários problemas relacionados à autoestima, aumento da ansiedade, comprometimento das relações sociais e depressão (SOUSA, 2008). A disfunção erétil pode gerar sentimento de culpa, vergonha e causar o fim da vida sexual do casal.

De acordo com uma pesquisa realizada pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), com homens de 40 a 69 anos, 59% dos entrevistados assumem que já tiveram ou têm algum problema de ereção durante o ato sexual, sendo que 71% dos homens com mais de 60 anos ouvidos admitem já ter apresentado ou apresentar episódios de impotência.

Quase um terço dos homens com mais de 60 anos entrevistados assumiu mais de um episódio mensal de falha de ereção. A pesquisa ainda aponta que aproximadamente 30% dos entrevistados não sabem, deixaram ou talvez deixariam de ter relação sexual por medo de falhar. E, 48% temem a reação do companheiro.

Muitos homens na terceira idade deixam de ter uma vida sexual ativa e se tornam impotentes por não compreenderem as mudanças fisiológicas que ocorrem durante essa faixa etária, o que os leva a uma interpretação deturpada da realidade (MASTER; JOHNSON, 1970).

Atualmente, existem diversos tipos de tratamento para a disfunção erétil, os mais comuns são: psicoterapia, próteses penianas, cirurgias e medicamentos, que podem ser ingeridos ou aplicados no pênis. As drogas agem de modo que, se não houver estímulo sexual, não haverá também ereção. Isso significa que os medicamentos para disfunção erétil não aumentam o desejo sexual, apenas a resposta da ereção durante a excitação do homem (SOUSA, 2008).

Por outro lado, a divulgação dos fármacos para disfunção erétil, em especial o Viagra<sup>10</sup>, os vincula também ao efeito afrodisíaco e ao uso recreativo, de modo que está cada vez mais comum a utilização por parte de pessoas que não estão na terceira idade (COUTO, 2011).

Os idosos, especialmente do sexo masculino, buscam a intervenção de medica-

---

10 Viagra: nome comercial para designar fármaco Citrato de Sildenafil, produzido pelo Laboratório Pfizer Ltda. É um medicamento indicado para o tratamento de disfunção erétil (Ver bula On-line: <https://consultaremedios.com.br/viagra/bula>).

mentos por apresentarem problemas permanentes na vida sexual. Os medicamentos podem ser de grande utilidade na resposta sexual, porém, nem sempre são eficazes, visto que, além do fisiológico, o psicológico tem grande influência em todo esse processo.

Vale ressaltar que, nem todas as pessoas inseridas na terceira idade têm acesso aos tratamentos, dado as condições financeiras, sociais e o nível de conhecimento, o que faz com que o Viagra ainda seja a opção mais utilizada pelos idosos de maneira geral.

Quando há um acompanhamento psicológico, a fim de tratar questões relacionadas à disfunção erétil, os riscos de depressão, isolamento social e outros problemas relacionados tendem a diminuir, pois a pessoa idosa assistida passa a se compreender melhor e a aceitar as mudanças no corpo.

## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De modo geral, este artigo buscou considerar os aspectos que exercem influência sobre a sexualidade dos idosos. Foram abordados também os preconceitos e tabus nessa etapa da vida.

Os idosos são vistos sob duas perspectivas distintas: uma, seguindo a ideia de que o envelhecimento está relacionado a uma visão positiva, em que sobressaem fatores como a liberdade e a disponibilidade para o lazer; e outra, em que a categoria terceira idade é relacionada a uma visão negativa, que os percebem de forma depreciativa, como doentes, dependentes, isolados socialmente.

Em se tratando de sexualidade, a primeira perspectiva a percebe como um fator que contribui de forma positiva para a qualidade de vida da pessoa idosa a partir da promoção de prazer, autoconhecimento, autoestima, bem-estar e de uma troca de afeto mais intensa. Por outro lado, a segunda entende a sexualidade e o envelhecer como fatores não complementares, sendo a prática do sexo e o direito à sexualidade direcionados somente aos jovens, e, portanto, negados à terceira idade.

A partir da ideia de que a sexualidade é percebida como algo necessário e inerente ao ser humano, entende-se que o ato sexual e a sexualidade estão presentes em todos os momentos da vida, não devendo ser excluídos durante a terceira idade, que é um momento de contato e prazer importante para o ser humano em todas as etapas da vida.

A expressão “vou viver tudo e aproveitar enquanto não fico velho”, retratada em blogs famosos, como “Pensador”<sup>11</sup>, é muito comum nos diálogos de jovens e adultos que colocam na terceira idade o rótulo de inutilidade e enfraquecimento. Essa inverdade acaba se propagando com o passar dos anos e traz a ideia de que o ato sexual na terceira idade é “errado”, “feio” ou “não acontece”.

Entretanto, para os idosos, esse momento pode ser percebido como um meio de tornar a relação sexual mais carinhosa, afetuosa e não mais como a busca prioritária do prazer.

---

11 Blog criado pela empresa 7Graus, objetivando o compartilhamento de frases, poemas, pensamentos, mensagens, textos e citações. Disponível em: [www.pensador.com](http://www.pensador.com). Acesso em: 20 out. 2018.

A desconsideração acerca da importância e da vivência da sexualidade do idoso por parte da sociedade é tão marcante, que se acaba esquecendo que essa é uma etapa do desenvolvimento humano a ser experienciada por todos aqueles que viverem por muitos anos. Nada deveria ser mais esperado e, no entanto, mais previsto que o envelhecimento do ser.

É relevante então refletir sobre questões que envolvem e influenciam a sexualidade do idoso e que foram ignoradas em nossa sociedade ao longo dos anos. Dessa forma, torna-se possível construir um meio de convivência mais altruístico e humano, em que todos têm o direito à expressão de si e de sua sexualidade, independente da etapa do desenvolvimento em que se encontra.

A sexualidade na vida da pessoa idosa deve ser entendida de forma natural, prazerosa, saudável e que gera bem-estar na vida daquele que a pratica. O conhecimento nessa área passa a ser uma estratégia construtiva, na luta contra os mitos e estereótipos solidificados socialmente.

## REFERÊNCIAS

- ALENCAR, D. L.; MARQUES, A. P. O.; LEAL, M. C. C.; VIEIRA, J. C. M. Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 19, n. 8, p. 3533-3542, ago. 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232014198.12092013>. Acessado em: 27 nov. 2017.
- ALMEIDA, T.; LOURENÇO, M. L. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 101-113, jun. 2007.
- ARAÚJO, J. D. Polarização Epidemiológica no Brasil. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v. 21, n. 4, 2012. Disponível em: [http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?lng=es&pid=S1679-49742012000400002&script=sci\\_arttext](http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?lng=es&pid=S1679-49742012000400002&script=sci_arttext). Acesso em: 17 ago. 2018.
- BEARZOTI, P. Sexualidade: um conceito psicanalítico freudiano. **Neuropediatria**, Campinas, v. 2, n. 1, p.1-5, ago. 1993.
- BRASIL. Ministério de Saúde. Estatuto do idoso. 2ª reimpressão. Brasília: Ministério da Saúde. 2003. 70p. ISBN 85-334-0740-8. Disponível em: [http://www.saude.pr.gov.br/arquivos/File/pagina\\_saude\\_do\\_idoso/estatuto\\_do\\_idoso.pdf](http://www.saude.pr.gov.br/arquivos/File/pagina_saude_do_idoso/estatuto_do_idoso.pdf). Acesso em: 27 out. 2018
- COUTO, O. H. C. Tudo azul com o sexual? Viagra e sexualidade. **Reverso**, Belo Horizonte, v. 33, n. 61, p. 83-89, jun. 2011. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-73952011000100010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952011000100010). Acesso em: 13 dez. 2017

CUNHA, G. L. Mecanismos biológicos do envelhecimento. In: FREITAS, E. V.; PY, L. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

EIZIRIK, C. L. A velhice. In: EIZIRIK, C. L.; BASSOLS, A. M. S. **O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade: o cuidado de si**. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque. 8. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

FREUD, Sigmund. **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade, análise fragmentária de uma histeria ("o caso Dora") e outros textos [1901-1905]**. São Paulo: Companhia das Letras, 2016.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Perfil dos Idosos Responsáveis pelos Domicílios**. 2000. Disponível em: <https://ww2.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/25072002pidoso.shtm>. Acesso em: 27 nov. 2017.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **População residente, por sexo e grupos de idade, segundo as Grandes Regiões e as Unidades da Federação**. 2010. Disponível em: <https://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=12>. Acesso em: 27 nov. 2017.

JUSTO, D.; ARBEL, Y.; MULAT, B.; MASHAV, N.; SAAR, N.; STEINVIL, A.; HERUTI, R. F.; BANAI, S.; LERMAN, Y. Sexual activity and erectile dysfunction in elderly men with angiographically documented coronary artery disease. **International Journal Of Impotence Research**, v. 22, p. 40-44, 2010. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/ijir200945.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2018.

KAHHALE, E. M. P. Subsídios para reflexão sobre sexualidade na adolescência. In: BOCK, A. M. B.; GONÇALVES, M. G. M.; FURTADO, O. **Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em Psicologia**, 6. ed. São Paulo: Cortez, 2015.

LAPLANTINE, François. **Aprender antropologia**. São Paulo: Brasiliense, 2000.

MASTER, W. H.; JOHNSON, V. E. **Human sexual inadequacy**. New York: Ishi Press International, 1970.

NAVARRO, T. Corpo e sexualidade. A contribuição de Michel Foucault. **IHU ON-LINE: Revista do Instituto Humanitas Unisinos, São Leopoldo**, v. 335, 28 jun. 2010. Disponível em: <http://www.ihuonline.unisinos.br/media/pdf/IHUOnlineEdicao335.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2017.

OMS – Organização Mundial da Saúde. 1975. Disponível em: <http://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>. Acesso em: 13 abr. 2018.

PASCUAL, C. P. **A sexualidade do idoso vista com novo olhar**. São Paulo: Edições Loyola, 2002.

RIBEIRO, M. O. A sexualidade segundo Michel Foucault: uma contribuição para a enfermagem. **Rev. Esc. Enf. USP**. v. 33, n. 4, p. 358-363, dez. 1999. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v33n4/v33n4a06>. Acesso em: 4 dez. 2018.

RODRIGUES, L. S.; SOARES, G. A. Velho, idoso e terceira idade na sociedade contemporânea. **Revista Ágora**, Vitória, n. 4, p. 1-29, 2006.

SALLES, R. F. Sexualidade na terceira idade: desmistificando preconceitos. **Congresso Nacional de Envelhecimento Humano**, 2010, Campina Grande. Fernandópolis: Realize, v. 2, p. 1-16, 2010.

SBU – Sociedade Brasileira de Urologia. **Disfunção erétil**. 2015. Disponível em: <http://portaldaurologia.org.br/medicos/disfuncao-eretil/>. Acesso em: 18 ago. 2018.

SILVA, A. C. Processo natural do envelhecimento. In: SILVA, J. V. **Saúde do idoso: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos**. São Paulo: Saraiva, 2009.

SILVA, K. S.; MIRANDA, J. F.; SILVA, J. C. **Concepções da sexualidade na terceira idade**: Um estudo sobre a sexualidade do idoso institucionalizado. Encontro Nacional de Pesquisadores em Serviço Social, 16, Vitória-ES, **Anais...**, Vitória-ES, Realize, 2018. 16p.

SILVEIRA, F. A.; FURLAN, R. Corpo e Alma em Foucault: Postulados para uma metodologia da Psicologia. **Psicologia USP**, São Paulo, 2003.  
SOUZA, J. L. Sexualidade na terceira idade: uma discussão da Aids, envelhecimento e medicamentos para disfunção erétil. **DST: J bras Doenças sexualmente transmissíveis**, Recife, v. 20, n. 1, p.59-64, ago. 2008.

SOUZA, B. M.; GABRIEL, G. L. L.; DUTRA, G. O.; NEVES, S. **Sexualidade na vivência de idosos**. 2010. Monografia (Curso de Enfermagem) – Centro Universitário de Barra Mansa, Barra Mansa-RJ, 2010. Disponível em: <http://apps.cofen.gov.br/cbcentf/sistemainscricoes/arquivosTrabalhos/I19582.E8.T4130.D4AP.pdf>. Acesso em: 27 nov. 2017.

TORRES, E. M. **A viuvez na vida dos idosos**. 2006. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2006. Disponível em: [http://www3.pgenf.ufba.br/tesesdissertacoes/2006/CUIDAR%202006/DISSER\\_PGENF\\_188\\_ELIS%C3%82NGELA.pdf](http://www3.pgenf.ufba.br/tesesdissertacoes/2006/CUIDAR%202006/DISSER_PGENF_188_ELIS%C3%82NGELA.pdf). Acesso em: 23 mar. 2018.

UCHÔA, Y. S.; COSTA, D. C. A.; SILVA JUNIOR, I. A. P.; SILVA, S. T. S. E.; FREITAS, W. M. T. M.; SOARES, S. C. S. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 6, p.139-149, dez. 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n6/pt\\_1809-9823-rbgg-19-06-00939.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n6/pt_1809-9823-rbgg-19-06-00939.pdf). Acesso em: 1 dez. 2017.

VASCONCELLOS, D.; NOVO, R. F.; CASTRO, O. P.; VION-DURY, K.; RUSCHEL, A.; COUTO, M. C. P. P.; COLOMBY, P.; GIAMI, A. A sexualidade no processo do envelhecimento: novas perspectivas - comparação transcultural. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 9, n. 3, p. 413-419, dez. 2004. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2004000300003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2004000300003). Acesso em: 1 dez. 2017.

---

**Data do recebimento:** 08 de dezembro de 2018

**Data da avaliação:** 29 de setembro de 2019

**Data de aceite:** 19 de dezembro de 2019

---

---

1 Acadêmica do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL.

E-mail: thaylline.bs@gmail.com

2 Acadêmica do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL.

E-mail: analuiza.psi@outlook.com

3 Professora do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL.

E-mail: danieladecarmo@gmail.com



